

Акционерное общество
"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ "ОГОНЁК"
Школа 7-11 (1 смена)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
	Тефтели из говядины с рисом		
90	с сметанно-томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-8, Жиры-8, Углеводы-2 Калорийность-139	35-82
210	Сложный овощной гарнир <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36, Калорийность-220	23-33
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-55
39	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-107	3-10
544	Итого за Завтрак	Белки-16, Жиры-17, Углеводы-73, Калорийность-527	65-80
Обед			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	19-01
100	Шницель припущенный из птицы с сметанно-томатным соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-120	39-05
160	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-11, Жиры-6, Углеводы-36, Калорийность-220	9-72
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-44
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-58
20	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-45	1-32
800	Итого за Обед	Белки-30, Жиры-14, Углеводы-97, Калорийность-671	95-52
800	Итого за день	Белки-46, Жиры-31, Углеводы-169, Калорийность-1197	161-32

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Акционерное общество

Школа 7-11 (2 смена)

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Обед			
70	Огурцы соленые	Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10, Калорийность-77	12-18
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-18, Калорийность-101	19-01
90	Тефтели из говядины с рисом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-125	34-25
160	Сложный овощной гарнир <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-28, Калорийность-167	17-78
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-44
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	1-58
24	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-14, Калорийность-63	1-56
764	Итого за Обед	Белки-22, Жиры-23, Углеводы-102, Калорийность-701	93-80
Полдник			
40	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, орехи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-91
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
440	Итого за Полдник	Белки-3, Жиры-23, Углеводы-38, Калорийность-300	31-85
	Итого за день	Белки-23, Жиры-16, Углеводы-128, Калорийность-1001	125-65

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор

Меню Школа 12-18

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
130	Тефтели из говядины с рисом с сметанно-томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-14, Жиры-13, Углеводы-2, Калорийность-217	57-10
210	Сложный овощной гарнир <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36, Калорийность-220	23-33
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	3-55
50	Хлеб пшеничный	Белки-5, Жиры-2, Углеводы-25, Калорийность-138	3-96
595	Итого за Завтрак	Белки-23, Жиры-22, Углеводы-78, Калорийность-635	87-94
Обед			
100	Огурцы соленые	Белки-3, Углеводы-1, Калорийность-16	17-40
250	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-3, Углеводы-22, Калорийность-127	23-76
100	Шницель припущенный из птицы с сметанно- томатным соусом <i>фарш куриный, хлеб пшеничный в/с, масло сливочное, соль йодированная сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-10, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-120	39-05
180	Гороховое пюре <i>крупа горох, масло сливочное, соль йодированная</i>	Белки-12, Жиры-7, Углеводы-40, Калорийность-247	10-93
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	7-44
30	Хлеб пшеничный	Белки-3, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-83	2-37
30	Хлеб ржано-пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-15, Калорийность-67	1-98
890	Итого за Обед	Белки-34, Жиры-16, Углеводы-115, Калорийность-773	102-93
Полдник			
40	Булочка с повидлом и помадкой <i>мука пшеничная в/с, повидло, сахарная пудра, масло подсолнечное, яйцо куриное, сахар-песок, соль йодированная, дрожжи сухие</i>	Белки-3, Жиры-2, Калорийность-147	5-91
200	Яблоко	Белки-1, Углеводы-23, Калорийность-94	23-52
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	2-42
440	Итого за Полдник	Белки-3, Жиры-2, Углеводы-38, Калорийность-300	31-85
440	Итого за день	Белки-60, Жиры-40, Углеводы-231, Калорийность-1 709	222-72

Бухгалтер-
калькулятор

Малышева Н.М.

Генеральный
директор

Загоцкий Д.А.

Согласовано
Директор

Меню школа ОВЗ 7-18 лет

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Стоимость питания (руб)
Завтрак			
90	Тефтели из говядины с рисом с сметанно-томатным соусом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, сметана 15%, мука пшеничная в/с, томат-паста, соль йодированная</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-2, Калорийность-139	
210	Сложный овощной гарнир <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-36, Калорийность-220	
200/5	Чай с лимоном <i>сахар-песок, лимон, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-61	
39	Хлеб пшеничный	Белки-4, Жиры-2, Углеводы-19, Калорийность-107	
Завтрак2/Полдник			
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	Печенье Галеты	Углеводы-4, Калорийность-21	
774	Итого за 1-я смена	Белки-17, Жиры-17, Углеводы-92, Калорийность-607	71-30
Обед			
70	Огурцы соленые	Белки-2, Углеводы-1, Калорийность-12	
200	Суп рыбный <i>картофель в/к, консервы рыбные, крупа пшено, морковь в/к, лук в/к, соль йодированная</i>	Белки-2, Углеводы-18, Калорийность-101	
90	Тефтели из говядины с рисом <i>фарш из говядины (полуфабрикат), лук в/к, крупа рисовая, масло сливочное, соль йодированная, томат-паста, мука пшеничная в/с, сахар-песок</i>	Белки-8, Жиры-7, Углеводы-7, Калорийность-125	
160	Сложный овощной гарнир <i>картофель в/к, морковь в/к, масло подсолнечное, соль йодированная</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-28, Калорийность-167	
200	Компот из изюма <i>изюм, сахар-песок</i>	Белки-1, Углеводы-15, Калорийность-113	
20	Хлеб пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-10, Калорийность-55	
24	Хлеб ржано- пшеничный	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-12, Калорийность-54	
Полдник			
200	Чай с сахаром <i>сахар-песок, чай черный лист</i>	Углеводы-15, Калорийность-60	
30	Печенье Галеты	Углеводы-4, Калорийность-21	
994	Итого за 2-я смена	Белки-20, Жиры-14, Углеводы-109, Калорийность-707	99-30

Бухгалтер-
калькулятор

Мальшова Н.М.

Генеральный
директор

Затонский Д.А.

Согласовано
Директор